

ゆずりは通信

第24号 平成25年12月10日(隔月発行)

発行：ゆずりはの会事務局

電話：0565-35-7182

Eメール：takekaki@hm8.aitai.ne.jp

ホームページ：

<http://www.hm9.aitai.ne.jp/~warabino/>

菅沼先生のお話(4/9)を聞いての感想

平成25年5月14日

私は、病気から社会を見ろと言うテーマに、ユニークさを感じ内容がとても新鮮で、楽しむことが出来ました。私の質問は、ちょっと意味が伝わらなかったかな、と思いました。

「昔と比べて、20～30年も長生きをするようになってしまった。そういう未経験の分野に入ってしまった私達は、何か昔とは違った生き方、手を打つ必要があるのではないか。それはなんでしょうね」と尋ねたつもりでした。(KT)

まず 冒頭の「健康には振り回されず死にはさからわず」ということばに惹かれました。

「病気はある意味時代を反映している」「病気は治るが老化は治らない」等々

お話の中で 同感することが多くあり嬉しかったです。20年～30年長生きをするようになってきた現代でたんに健康で生きているだけではなくて 生きてなにをするかが問われるのかな？そのあたりをまた「ゆずりはの」皆様と深めていけたらいいです。(HS)

「サプリメント大好き人間」としてはかなりショックでした。やっぱり宣伝や売り込みに、弱点を突かれて振り回されているのは事実だと思う。能書に医者のおすすめが必ず付いているのでまどわされるのです。さて、鰻の頭のどれとどれを減らすか？それが問題だ！(YK)

昨日の菅沼先生のお話、お医者様の本音などもお聞き出来て楽しく過ごせました。

医師のお忙しさ…いつ寝られるのかしら…と思うこともしばしばあります。

保健大に永年お世話になっている身には薬の飲み方などウンウンと納得です。(Nさん)

私は家内と知人の3人で拝聴しましたが、視点を変えたユニークで笑いもあり興味もあり、話術も優れているお話だったと帰りの車中で好評でした。

私は質問で「病院で、お年寄りにはたくさんの薬をもらうことにはなりますが、真面目に飲んだ方がいいのか 適当にカットした方がいいのか？ お年寄りには運動不足だし体内に蓄積して悪さするのではないのでしょうか」と。その回答にとても解りやすく丁寧に対応して下さいました。お帰り時には先生の方から握手して下さりとても人情豊かな温かい先生と感動致しました。(YT)

菅沼先生のお話は、長年地域医療に携わってこられた体験からの実感のあるお話と、病気の歴史的変遷とその背景のお話が興味深かったです。医学の発展と共に、飛躍的に寿命が延びましたが、それ故に私たちの中に死に対する構え・覚悟のようなものがなくなり、いつまでも人として成熟しなくなったのではないか、という気がしました。人間としての内面的なことより、健康志

向・死にたくない病のようなことも感じました。科学万能の時代のおごりというか、臓器移植。IPS細胞のこと等、神の領域に入っている、程々のところで死ぬのがいいのでは、というお話に、命と向き合って来られた先生の人生観・人間感、はたまた嘆息のようなものを感じ、頷けました。少し前、中川さんの生命誌の話をテレビで聞いて、興味を持ちました。「生き物は丸ごと生まれてくる」「今の私は38億年の時間があてここにいる。これを無視するところがこわれる」というようなことを話していましたが、菅沼先生のお話もそれに通じると思いました。また、これを機に「命」や「生きる」ということ等をあらためて考えていきたいと思いました。(JK)

病気から時代を見た「病室」「寄り添っての看護」「泊まり込みの看護婦による看取り」「ばあや」の役割など興味深く聞きました。

「健康のためなら命もいらない」…の表現に頷いてしまいました。(食品もサプリメントもテレビで話題になると途端にその商品が売り切れ、しばらくすると他の物に関心に移る、命懸けで健康を追いかけるお客様に接してきました)。

私はあまり長生きしたくはありませんので「死」には逆らわないつもりですが「周囲に迷惑をかけないように健やかに老いる」のは至難の技に思えます。先生のお話を思い出しながら情報に振り回されない生き方をしたいと思います。

(帰宅してから気になった事。バルセロナで開催されたオリンピックとエイズが繋がっていた事は知りませんでした。スペインの国民性が原因なののでしょうか？オリンピックには特別な雰囲気生まれるのでしょうか？東京が開催地に立候補しているので知りたいと思います。)(AT)

菅沼先生の講演は大変興味深く聞かせて頂きました。更に、医師から見て人間が病を克服しつつ、生きる為の知恵をもっと話して欲しかった。又、菅沼医院が取り組みされた訪問看護の状況がどうなっているか等です。〈機会があれば次回にでも〉(NH)

先回の勉強会の講演、「健康には振り回されず、死には逆らわず」は大変分かりやすく、とくに健康志向に振り回されヒアルロン酸やグルコサミンなどサプリメントの乱用、はては迷信もどきの小便薬用伝聞などに惑わされ、右往左往する私たちを哀れんでくださる話は大変面白く拝聴しました。

以下、私なりの感想を一言述べさせていただきます。

生物として避けて通ることの出来ない老化現象→死に立ち向かって一見無駄に見える抵抗に浮き身をやつしてもがくわたしたちに、それでも信じて行えばまったくの無駄でもないかも知れないと慰めの一言を残してくださったことは先生の優しい心遣いの一端であったかもしれません。

「健康」に振り回されず「死」に逆らわず、という命題は裏返して表現すれば、「死」に逆らって「健康」に振り回される、となるのではないのでしょうか。逃れることのできない自明の死に逆らってまで健康維持に私たちをかりたてるのは一体何なのでしょう。ゆずりはの会に集う年寄りたちも健康の維持・確保ということについては誰しも異論はないと思えます。しかし皆さんの目的は必ずしも死と抗うための、或いは死から逃れるための手段としての健康を求めているのではないと思えます。というのは、メンバーの大半はもうすでに死を必然のものとし、受容しているように思えるからです。みんなを惑わせているのは死そのものではなく、死をもたらず死神と、どう折り合いをつけるかということでしょう。問題は折り合いの付け方にあります。心身ともに不健康な状態で生きつづけ、もがき苦しみながら死神と手を結ぶか、心身ともに健全なままパーツの期限切れと

同時にいさぎよく死神と手をむすぶか、またそうするにはどうしたらよいか分からないから戸惑っているのが現実だろうと思います。

レジュメの最後の頁、付録の欄に平穏死の記事の切り抜き、延命治療や胃ろうの記事が紹介されていますが、死神との折り合いの付け方についてはこのほかにも、尊厳死(安楽死)なども選択肢の大きな一つになるとおもいます。オランダやベルギーをはじめとし、米国のオレゴン州やワシントン州でも合法化されているという流れがあります。最近わが国でもマスコミや国会、法曹界においてちらほら話題にのぼっていますが、私たちも自分のこととしてもう少し積極的にこの問題にとりくむべきではないでしょうか。(MT)

ゆずりはの会 平成25年5月のメモ

5月14日(火) 午後7時～ 福祉センター 34会議室 参加は 14 名



前半:

先回の菅沼先生のお話 “「健康」には振り回されず「死」にはさからわず”
を聞いて、思ったことをお互いに話し合いました。



後半:

栗山陽弘さんが「高齢者の住み家」と言うテーマで話題提供をして下さいました。
本多さんが、自ら進めているプロジェクトについて、少しお話しいただきました。
やや時間が足りなかったように思いました。

ゆずりはの会 平成25年6月のメモ

6月11日(火) 午後7時～ 福祉センター 34会議室 参加は 14 名

- * 栗山さんが「高齢者の住み家」と言う範囲で、どんなタイプの施設や住宅があるか、それらの特徴を説明し、「ロコモ25」チェックリストを配布下さいました。
- * 本多さんが、自ら進めているプロジェクトについて、それに込めた自らの思いをお話しされ、質疑・意見交換が行われました。

ゆずりはの会 平成25年7月のメモ

7月9日(火) 午後7時～ 福祉センター 34会議室

参加は13名

- * 竹内公子さんが、講演会に参加した内容を紹介下さいました。
愛知ホスピス研究会の公開講座
「新しい死の文化を求めて」
アルフونس・デーケン氏 (上智大学名誉教授)

ゆずりはの会 平成 25 年9月のメモ

9月10日(火) 午後7時～ 福祉センター 34会議室

参加は12名

- * 竹内公子さんが、講演会に参加した内容を紹介くださいました。
上智大学名誉教授:ディーケン先生を紹介した新聞記事
柏木哲夫先生の本から抜粋された川柳
- * 市民講座「ボランティアはじめの一步」 チラシ
- * グループホームなど、福祉施設に最後まで居れるか。
- * 傾聴ボランティアについての現状

ゆずりはの会 平成 25 年10月のメモ

10月8日(火) 午後7時～ 福祉センター 34会議室 参加は12名

「医療にたかるな」 村上智彦著 新潮新書
「大往生したけりゃ 医療とかかわるな」 中村仁一 幻冬舎新書
「リビングウィル」 日本尊厳死協会
等を題材に話し合った。

ゆずりはの会 平成 25 年 11 月のメモ

11月12日(火) 午後7時～ 福祉センター 34会議室
参加は12名

社協のボランティア情報交換会で配られた、以下のような質問用紙を、手元において、

- ①「地域の組織、団体（老人クラブ、婦人会、こども会、消防団、サロンなど）に参加していますか」
- ②「自治区の行事に参加されていますか」
- ③「回覧板を手渡ししていますか」
- ④「何か困った時に、自治区の中で手助けを依頼できる人がいますか」
などについて、一人一人語りました。

- * ご主人が地域に溶け込んでいない。
- * 家庭の弱さ(ご主人の病気)を開示すると、皆さんが「わが家でもこんなことがあった。」と話し合う雰囲気が出来た。
- * 母親が、広島の田舎で1人暮らしをしている。隣の10歳若い夫婦が「大丈夫ですよ。私達が気をつけてあげますよ。」と言ってくれたが、その人たちが相次いで病死してしまった。吉原町で老人会は廃止になった。役員のなり手が無くなったから。
- * 「つなぎすと」の養成講座を受けていて、高年大学卒業生のグループにヒアリングした時、

「老人会に会費だけ納めているが、行事には参加していない」と言う人に「なぜ入っているのか？」質問したら「葬儀の時、来てくれるから」との答えだった。

- * 駒場に住んでいるが、昔から住んでいる人々が仕切っているので参加していない。愛教大付属の女子生徒が殺された事件で組織の改正が出来る機会があったが、出来なかった。昔は風呂を近所で、当番で入りに行ったが、今はすっかり壊れてしまった。
- * 民生委員は大変だ、気になる独居の人が居ても家族が構ってくれるな、と言う雰囲気。挨拶一つしてこない、隣の人も知らないと言う。いつまでもボランティアではなくて市の職員がきちんと仕事するように変えるべきだ。
- * マンションが多く、組に入る人が少なくなっている。以前は、10世帯位あったが、今は4世帯になってしまった。
- * 「ほっとかん」の住人同士で昔は付き合いがあり、亡くなると葬儀に参加することもあったが、今は無くなって来た。彼の家地域では隣近所の付き合いが残っていて地域の行事に参加している。福祉施設でも、以前は、亡くなると周りの人に連絡していたが、今は黙っていてくれと言う人が多く成ってきた。
- * 隣人の葬儀に参加したかったが、家族葬だと言われてしまった。回覧板は受け取った日付を記入する欄がある。
- * 息子さんの葬儀に参加してくれた地域の人で葬儀がある時は参加している。
- * 念願の施設建設は、なかなか難しいと感じているが、頑張りたい。
- * 団地でも家族葬が増えている。

思い付くままに、記しました。全ての発言が網羅されているとは限りません。ご容赦ください。